

### Psychosoziale Aspekte der Lebensbedingungen von Frauen und Männern im mittleren Lebensalter

Perrig-Chiello, Pasqualina; Höpflinger, Francois; Kaiser, Andrea; Sturzenegger, Matthias

Veröffentlichungsversion / Published Version  
Zeitschriftenartikel / journal article

Zur Verfügung gestellt in Kooperation mit / provided in cooperation with:  
Verlag Barbara Budrich

#### Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Perrig-Chiello, P., Höpflinger, F., Kaiser, A., & Sturzenegger, M. (1999). Psychosoziale Aspekte der Lebensbedingungen von Frauen und Männern im mittleren Lebensalter. *Zeitschrift für Familienforschung*, 11(3), 5-27.  
<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-322270>

#### Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer CC BY-SA Lizenz (Namensnennung-Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den CC-Lizenzen finden Sie hier:  
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

#### Terms of use:

This document is made available under a CC BY-SA Licence (Attribution-ShareAlike). For more Information see:  
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>

Perrig-Chiello P., Höpflinger F., Kaiser A. & Sturzenegger M.

# Psychosoziale Aspekte der Lebensbedingungen von Frauen und Männern im mittleren Lebensalter

## Zusammenfassung

Hauptanliegen dieses Beitrages ist die Deskription der Lebensbedingungen und der – damit verbundenen – psychosozialen Aspekte in einer für urbane Schweizer Verhältnisse repräsentativen Stichprobe im mittleren Lebensalter. Befragt wurden 1015 Personen zweier Altersgruppen (40 bis 45 resp. 50-55 Jahre). Diese Gruppen wurden verglichen hinsichtlich der Art und Häufigkeit von erlebten Transitionen, sowie im Hinblick auf ihre sozialen Ressourcen und ihr physisches und psychisches Wohlbefinden. Besonders berücksichtigt wurden geschlechtstypische Unterschiede sowie Unterschiede der beruflichen und familiären Situation.

Den Resultaten zufolge ist der Hauptanteil der befragten Personen verheiratet und hat im Schnitt ein bis zwei Kinder. Die Mehrheit der 40-45jährigen lebt noch mit mindestens einem Kind im gleichen Haushalt, im Alter von 50-55 Jahren sind jedoch bei der Hälfte der Frauen alle Kinder bereits ausgezogen. Mit steigendem Alter werden die Leute in zunehmendem Maße mit dem Sterben ihrer eigenen Eltern konfrontiert, was an der alterskorrelierten Abnahme des Anteils von Frauen und Männern, welche noch beide Eltern oder zumindest noch einen Elternteil haben, ersichtlich ist. Was die

Verfügbarkeit und Nutzung sozialer Netzwerke anbelangt, zeigt sich, daß Frauen im quantitativen und qualitativen Sinne bessere soziale Netzwerke haben als Männer.

Die Mehrheit der Befragten empfindet ihr Leben als eher stabil und kontinuierlich. Jedoch zeigen sich klare Unterschiede zwischen den beiden Altersgruppen: Die Leute im Uebergang ins mittlere Lebensalter zeichnen sich durch eine größere Instabilität aus als die 50-55jährigen. Die erlebten Veränderungen betreffen vor allem die Partnerschaft, den Beruf und das Selbst. Die höchste Stabilität wird insbesondere für die Beziehung zu den eigenen Kindern und zu den Eltern empfunden, was für beide Altersgruppen gleichermaßen zutrifft.

Die Tatsache, daß die Transition ins mittlere Lebensalter als eine eher „bewegte“ Zeit empfunden wird, spiegelt sich in der Befindlichkeit der Betroffenen wider: Die 40-45jährigen weisen bedeutsam tiefere Werte beim psychischen Wohlbefinden auf als die 50-55jährigen, obwohl es sich bei der gesundheitlichen Selbsteinschätzung gerade umgekehrt verhält: Die jüngere Altersgruppe schätzt ihre Gesundheit bedeutsam positiver ein als die ältere. Die ältere scheint sich indes psychisch, trotz zunehmender altersbedingter gesundheitlicher Probleme, an die neue Lebensphase adaptiert und

neuäquilibriert zu haben. Die subjektive Gesundheitseinschätzung sowie das psychische Wohlbefinden kovariiert unseren Resultaten zufolge mit dem Alter, jedoch nicht mit dem Geschlecht.

**Schlagworte:** Mittleres Lebensalter, soziale Netzwerke, Transitionen, Wendepunkte, psychisches Wohlbefinden, subjektive Gesundheit, Geschlechtsunterschiede.

### Abstract

The main purpose of this contribution is the description of living conditions and the associated psycho-social aspects in a sample of mid-aged persons. 1015 persons of two age groups (40-45 resp. 50-55 years) were interviewed. These two groups were compared with regard to the amount and nature of perceived transitions, and regarding their social networks, and their physical and psychological well-being. Special care was given to the better understanding of gender differences. Our sample is representative for the urban population in Switzerland.

Our results show that the majority of our sample is married and has on average 1-2 children. Most of the 40-45 years olds still live with one or more children in the same household, whereas in the group of the 50-55 years olds this is only the case for half of them. The fact that with advancing age people are more and more confronted with the death of their parents, is reflected in an age-correlated decrease of the persons having one or both parents still alive. Concerning the availability of social networks it can be said, that women have better social network than men do (this under a quantitative and qualitative point of view).

Even though the majority of our sample experience their life-course as rather stable and continuous there are clear differences between both age-groups: People at the beginning of mid-life experience a larger instability in their life and report significantly more changes and turning-points than persons aged 50-55 years. These changes concern mainly partnership, job and the self. The largest stability is perceived in the relationship to the own children and parents, which is the case for both age-groups.

The fact that mid-life transition is associated with more idiosyncratic changes and turning points than later on is significantly related to physical and psychological well-being: Even though people of the younger age-group report significant better physical well-being than the older ones, their psychological well-being is significantly lower than that of the older group. People of the older age-group seem to have adapted despite increasing health problems to the new life-phase and have found a new equilibration. Our results supply empirical evidence that the transition into middle age is marked by a variety of changes leading toward increasing equanimity and vigour with advancing age.

Our findings contribute to a better understanding of living conditions in mid-aged persons and how well-being across this life phase is achieved and maintained. They underline the importance of research on middle adulthood within life-span developmental research.

**Keywords:** Middle age, social networks, transitions, turning points, physical and psychological well-being, gender differences.

## 1. Problemstellung und konzeptueller Ausgangspunkt

Im Zuge der Erkenntnisse der großen interdisziplinären Longitudinalstudien hat sich in den letzten zwei Dekaden ein zunehmendes Interesse an der Erforschung der mittleren Lebensspanne herauskristallisiert (Siegler, 1983; Kohli, 1985; Costa & McCrae, 1993; Thomae, 1993; Lachman & Boone James, 1997). Im Vergleich zur Erforschung des Kindes- und Jugendalters sowie des höheren Alters, welche auf eine lange bzw. etablierte Tradition zurückschauen kann, ist der Forschungsstand zur mittleren Lebensspanne rudimentär – trotz markanter Fortschritte in „life span developmental studies“ im Rahmen der Entwicklungspsychologie und der soziologischen Lebenslaufanalyse (Hunter & Sundel, 1989; Baltes, 1990; Faltermaier et al., 1992).

Die sozialwissenschaftliche Randstellung des mittleren Lebensalters – welche sich allzuoft in stereotypen oder aber mythischen Alltagsvorstellungen reflektiert – steht in Widerspruch zu den demographischen Veränderungen der nächsten Zukunft und zu den Verschiebungen der Lebensverhältnisse aufgrund der angestiegenen Lebenserwartung (vgl. Gallagher, 1993; Labouvie-Vief, 1994). Für die gegenwärtige Gesellschaft ist weiterhin bedeutsam, daß sich die Tendenz abzeichnet, daß mittleres und höheres Lebensalter in zunehmendem Maße miteinander verhängt werden, ein Trend, der sich in den nächsten Jahrzehnten noch verstärken wird und der enorme, wenn auch weitherum verkannte Bedeutung erhalten wird.

- Zum einen ist das mittlere Erwachsenenalter – wie longitudinale Studien nachweisen – für die Bewältigung der späteren Lebensjahre vorentscheidend (Costa & McCrae, 1989; McCrae, 1989). Die entwicklungspsychologische Kontinuität von Bewältigungs- und Handlungsstrategien impliziert, daß Wohlbefinden und Verhalten der zukünftigen RentnerInnen in starkem Maße durch die Gegebenheiten und Lebensperspektiven in den mittleren Lebensjahren geprägt werden.
- Zum anderen überlappen sich die Lebenszeiten der mittleren und älteren Generation immer mehr. So werden Personen heute meist erst im mittleren Lebensalter mit dem Altern und den Behinderungen ihrer Eltern konfrontiert. Daraus ergeben sich intergenerationelle „Sandwich-Situationen“ mit neuen Rollenkombinationen (Frauen, die gleichzeitig die Rolle von Töchtern betagter Eltern und von Müttern heranwachsender Kinder innehaben (Borchers, 1997; Dallinger, 1996). In diesem Rahmen werden Frauen und Männer der mittleren Generation mit ihrem eigenen Älterwerden konfrontiert, was zu bedeutsamen, bisher kaum untersuchten Verschiebungen der Lebensperspektiven führen kann.

Obwohl im Alltag wie in der Wissenschaft wenig beachtet, finden auch im mittleren Erwachsenenalter bedeutsame Entwicklungsprozesse und Verschiebungen der Lebensperspektiven statt. Die Individuen werden mit alters-normativen Transitio-

nen (z.B. Klimakterium) sowie nicht-normativen Transitionen (Scheidung, Unfälle und Krankheiten, vorzeitige Pensionierung und Arbeitslosigkeit, etc.) konfrontiert.

Es gibt empirische Evidenz, daß die Bewältigung solcher Transitionen von persönlichen (emotionalen und kognitiven) und sozialen Ressourcen abhängt (Burnpass & Aquilino, 1995). Die Frage jedoch, welche psychischen und sozialen Ressourcen für das Meistern dieser Transitionen verantwortlich sind, und in welcher Beziehung sie zueinander stehen, wird kontrovers diskutiert (Hunter & Sundel, 1989; Welzer, 1993). Hauptgrund für die inkonsistenten Forschungsergebnisse ist die Tatsache, daß intra- und interindividuelle Differenzen sowie kontextuelle Schwankungen bislang zu wenig bis gar nicht berücksichtigt wurden (Szinovacz & Washo, 1992; Hanson & Wapner, 1994; Jones & Meredith, 1996; Parker & Aldwin, 1997). Von entwicklungspsychologischer Seite wurde bisher oft die historische bzw. kontextuelle Konstanz zu stark betont, wogegen von soziologischer Seite zwar der gesellschaftliche Wandel von Lebensläufen bzw. Lebensverläufen analysiert wurde, jedoch dafür die entwicklungspsychologische Kontinuität von Individuen – etwa in Hinsicht auf erlernte selbst-regulatorische Mechanismen – unberücksichtigt blieb. Diese Unterlassungen wirken sich um so gravierender aus, als in unserer heutigen Gesellschaft eine De-Standardisierung der Transitionen, d.h. ihre Loslösung von stabilen Altersnormen, zu beobachten ist. Begründet wird dieses Phänomen durch die Vermehrung kollektiver Bedrohungslagen (z.B. ökologische und ökonomische Krisen) einerseits und durch die Relativierung bisheriger Wertvorstellungen andererseits (z.B. hinsichtlich familiärer Strukturen und geschlechtstypischem Verhalten) (Welzer, 1993).

Auffallendes Merkmal vieler Studien zu den sozialen Ressourcen und ihrer Bedeutung für die Bewältigung von Transitionen ist, daß sie vorwiegend traditionelle Familiensysteme bzw. Lebensverläufe fokussieren, wodurch sie kaum Aussagen über die sich zunehmend verändernden Familienstrukturen und Frauenbiographien gestatten (Unverheiratete, kinderlose Leute, Einelternfamilien, etc.). In wissenschaftlichen Untersuchungen wurde die soziale Unterstützung lange Zeit eng über die Kernfamilie definiert, wobei die Bedeutung der weiteren Familie und Freunde kaum systematisch untersucht wurde (Connidis, 1992, 1994; Messeri et al., 1993). Die detaillierte Erforschung umfassender Netzwerke oder intergenerationeller Unterstützungen ist vergleichsweise neueren Datums, sie hat aber wichtige Ergebnisse gezeitigt, an die anzuknüpfen ist (vgl. Attias-Donfut, 1995).

## 2. Empirische Untersuchung

Ausgehend von der systemischen Erkenntnis, daß Veränderungen auf einer Makroebene (hier: gesellschaftliche Umstrukturierungen) sich auf der Mikroebene (hier: Individuum bzw. spezifische gesellschaftliche Subgruppen) auswirken, wurde in dieser interdisziplinären Studie die Frage nach den psychosozialen Lebensbedingungen und den erlebten Transitionen in der mittleren Lebensphase auf verschiedenen Systemebenen ausgeleuchtet werden:

- *Makroebene:* In einer primär soziologischen Analyse wurde der gesellschaftliche Wandel und der damit verbundene Strukturwandel der mittleren Lebensspanne in einer für urbane Schweizer Verhältnisse repräsentativen Stichprobe analysiert werden. Die Studie sollte Auskunft geben über Veränderungen der Lebensformen von Frauen und Männern, der Formen zwischenmenschlicher Beziehungen und familialer Systeme. Dabei wurden die psychosozialen Aspekte der Lebensbedingungen sowie die verfügbaren Ressourcen (soziale Netzwerke, Beruf) von Frauen und Männern der mittleren Lebensspanne untersucht und mit bestehenden Datensätzen (Schweizerische Arbeitskräfteerhebung, Mikrozensus Familie, u.a.) in Bezug gebracht. Dies nicht bloß um ihre Repräsentativität zu überprüfen, sondern auch um diese zu ergänzen.
  - *Mikroebene:* Ausgegangen wurde von einem Ressourcenmodell, wonach die Bewältigung von Transitionen und die Aequilibration des Wohlbefindens abhängig sind von relativ stabilen intrapersonellen sowie von extrapersonellen Bedingungen, die dem Individuum potentiell zur Lebensbewältigung und zur Aufrechterhaltung des Wohlbefindens zur Verfügung stehen (Perrig-Chiello, 1997). Aus dieser Perspektive soll die Art und Häufigkeit von Transitionen und biographischen Wendepunkten in der mittleren Lebensspanne und das damit assoziierte psychische und physische Wohlbefinden untersucht werden.
- Terminologisch halten wir uns hier an die verbreitete Levinsonsche Einteilung: „Midlife“: 40-60 Jahre, „Midlife-Transition“: 40-45 Jahre, „Transition to old age“: 60-65 Jahre (vgl. Levinson, 1986).

## 2.1. Design und Fragestellung der Untersuchung

Bei unserer Untersuchung handelt es sich um eine 2-Kohorten-Querschnittstudie: Die erste Altersgruppe befindet sich in dem für viele Autoren als kritisch definierten Stadium der „Midlife-Transition“ (40-45jährige). Die zweite Altersgruppe hat diese Transition bereits hinter sich, d.h. ist 50-55jährig. Diese beiden Altersgruppen wurden verglichen hinsichtlich der Art und Häufigkeit von erlebten Transitionen und Wendepunkten (Selbst, Gesundheit, Beruf, Partnerschaft, Familie) und hinsichtlich ihrer sozialer Ressourcen und ihrem physischen und psychischen Wohlbefinden. Besonders berücksichtigt wurden geschlechtstypische Unterschiede sowie Unterschiede der beruflichen und familiären Situation.

### 1. Demographische und psychosoziale Lebensbedingungen

In welchen familiären Verhältnissen leben Leute im mittleren Lebensalter? Zivilstandsverteilung, Partnerschaft, Haushalttypus, Kinderzahl, Geschwisterzahl, Eltern, Ausbildung und Erwerbstätigkeit?

### 2. Art und Häufigkeit von Transitionen

- *Der Übergang ins mittlere Lebensalter:* Ist der Übergang ins mittlere Lebensalter eine „schwierige Zeit“, eine Zeit vieler Veränderungen, der Unsicher-

heiten und der „starken Affekte“ (Helson & Wink, 1992), welche abgelöst wird durch zunehmende Stabilität und Ruhe anfangs 50? Gibt es geschlechtstypische Unterschiede?

- *Stille Transitionen/Wendepunkte (einschneidende biographische Erlebnisse)*: Welches sind die am häufigsten registrierten stillen Transitionen in der mittleren Lebensspanne? Gibt es Altersdifferenzen und geschlechtstypische Unterschiede?

### 3. Verfügbarkeit und Nutzung von sozialen Ressourcen

Gibt es eine differentielle Nutzung von sozialen Ressourcen (Netzwerken) in der mittleren Lebensspanne? Gibt es alterskorrelierte, geschlechtstypische und lebensweltbezogene Unterschiede?

### 4. Physisches und psychisches Wohlbefinden

Läßt sich eine differentielle Adaptation des physischen und psychischen Wohlbefindens in der mittleren Lebensspanne beobachten? Gibt es alterskorrelierte, geschlechtstypische und lebensweltbezogene Unterschiede?

## 2.2. Methode

### *UntersuchungsteilnehmerInnen*

Ein Fragebogen wurde an 3136 Personen aus den verschiedenen städtischen und ländlichen Kantonen verschickt. 1015 vollständig ausgefüllte Fragebogen wurden zurückgesandt (Rücklaufquote: 32.4 %). Das Durchschnittsalter der Stichprobe beträgt 47.7 Jahre, wobei 47.9% der jüngeren ( $M = 42.4$  Jahre) und 52.0% der älteren Altersgruppe ( $M = 52.4$  Jahre) zugeteilt werden konnten. Der Anteil Frauen beträgt 58.1%.

### *Untersuchungsvariablen*

Der eigens für diese Untersuchung entwickelte Fragebogen umfaßte Fragen zu den üblichen sozio-demographischen Angaben (Alter, Geschlecht, Zivilstand, Bildungsniveau, Haushaltstypus) sowie Fragen zu folgenden Bereichen:

- *Soziale Netzwerke*
  - Vorhandene Netzwerke: Kinder, Partner, Eltern, Geschwister, Nachbarn
  - Nutzung der Netzwerke: Häufigkeit der Kontakte (6-Punkt-Skala)
- *Beruflicher Beschäftigungsgrad/Erwerbssituation*
  - Prozentualer Beschäftigungsgrad
  - Zufriedenheit mit der beruflichen Situation (5-Punkt-Skala)
- *Physisches und psychisches Wohlbefinden*
  - Physisches Wohlbefinden:  
Selbsteinschätzung der Gesundheit (5 Punkt-Skala)
  - Psychisches Wohlbefinden  
Erleben von Kraft/Energie (4-Punkt-Skala)  
Erleben von Ausgeglichenheit/Gelassenheit (4-Punkt-Skala)

### Erleben von Nervosität/Angespanntheit (4-Punkt-Skala)

### Erleben von Niedergeschlagenheit/Verstimmtheit (4-Punkt-Skala)

- *Erlebte Veränderungen in den letzten 12 Monaten und deren emotionale Valenz:*  
Selbst, Gesundheit, Beruf, Partnerschaft, Beziehung zu Kinder, Beziehung zu Eltern (3-Punkt-Skala)
- *Wendepunkte seit dem 40. Lebensjahr und deren emotionale Valenz:*  
Selbst, Gesundheit, Beruf, Partnerschaft, Beziehung zu Kinder, Beziehung zu Eltern (10-Punkt-Skala)

## 2.3. Ergebnisse

### 2.3.1 Demographische und psychosoziale Lebensbedingungen

#### • Zivilstand und Lebensform

Die Mehrheit der Frauen und namentlich auch der Männer mittleren Alters sind verheiratet. In den letzten Jahrzehnten hat sich in dieser Altersgruppe der Anteil der Ledigen eher reduziert, wogegen der Anteil geschiedener Frauen und Männer angestiegen ist. Ein Vergleich unserer Stichprobe mit gesamtschweizerischen Daten (Höpfinger, 1995) zeigt nur bei den 50-55jährigen Frauen einen relativ hohen Anteil an Geschiedenen (siehe Tabelle 1). Dies kann auf den eher urbanen Charakter der befragten Frauen zurückzuführen sein (höhere Scheidungshäufigkeit und geringere Wiederverheiratungsraten älterer Frauen in den Städten).

Tabelle 1: Zivilstandsverteilung der Stichprobe in %

		N	ledig	verheiratet	geschieden	verwitwet
Frauen	40-45 Jahre	244	14%	69%	14%	2%
	50-55 Jahre	267	10%	63%	21%	6%
Männer	40-45 Jahre	216	20%	71%	9%	1%
	50-55 Jahre	197	9%	80%	10%	1%
<b>Zum Vergleich:</b>						
Gesamtschweiz						
Frauen	40-45 Jahre		12%	76%	11%	2%
	50-54 Jahre		8%	74%	13%	5%
Männer	40-45 Jahre		15%	77%	8%	0%
	50-54 Jahre		9%	80%	10%	1%

Der formelle Zivilstand ist allerdings heute auch für Frauen und Männer in höheren Altersgruppen ein nur noch bedingt aussagekräftiger Indikator für die Lebensform, da das nichteheliche Zusammenleben in den letzten Jahrzehnten auch in der Schweiz eine stärkere Verbreitung erfahren hat. Rund 8% der befragten Frauen



und Männer leben zwar in einer festen Partnerbeziehung, sind jedoch nicht verheiratet (siehe Tabelle 2).

Tabelle 2: Lebensform der Stichprobe in %

		N	verheiratet	nichteheliche Partnerschaft	ohne Partner
Frauen	40-45 Jahre	242	70%	8%	22%
	50-55 Jahre	283	64%	8%	28%
Männer	40-45 Jahre	193	72%	11%	17%
	50-55 Jahre	215	81%	6%	14%
<b>Zum Vergleich: VZ 1990</b>					
Frauen	40-44 Jahre		77%	5%	18%
	50-54 Jahre		76%	3%	21%
Männer	40-44 Jahre		79%	5%	16%
	50-54 Jahre		82%	4%	14%

Im Vergleich zur Volkszählung (VZ) 1990 zeigen sich bei unserer Befragung leicht höhere Werte für das nichteheliche Zusammenleben (Höpfinger, 1995). Dies kann einerseits damit zusammenhängen, daß sich die Zahl nichtehelicher Paare seit 1990 weiter erhöht hat. Andererseits ist deren Anteil in städtischen Gebieten höher als im gesamtschweizerischen Durchschnitt. Auffallend ist allerdings, daß sich – und dies gilt primär für die Männer – der Prozentsatz ohne Partner nicht klar erhöht hat. Oder in anderen Worten: Immer noch ist die Zweierbeziehung dominant, einzig bei der rechtlichen Form (ehelich/nicht-ehelich) zeigen sich Verschiebungen. Ein Vergleich unserer Daten mit den Mikrozensus-Daten Familie von 1994/95 zeigt im übrigen bei den 40-45jährigen Frauen nahezu analoge Anteile von Frauen ohne Partner (22% bei unserer Befragung, 20% beim Mikrozensus Familie).

Eine etwas andere Aufgliederung der Daten läßt erkennen, daß von den befragten Frauen mittleren Alters rund 10% bzw. rund 8% zwar ohne Lebenspartner sind, jedoch (noch) mit Kind/ern zusammenleben. Ein Vergleich mit dem Mikrozensus Familie zeigt analoge Werte (siehe Tabelle 3). Da Kinder nach einer Scheidung zumeist der Mutter zugesprochen werden, ist der Anteil alleinerziehender Väter sachgemäß deutlich geringer.

Tabelle 3: Haushaltstyp der Stichprobe in %

mit/ohne Partner/in		N	+	+	-	-
mit/ohne Kind/er			+	-	+	-
Frauen	40-45 Jahre	237	59%	19%	10%	13%
	50-55 Jahre	280	31%	41%	8%	20%
Männer	40-45 Jahre	187	59%	25%	3%	13%
	50-55 Jahre	207	46%	40%	3%	11%
Zum Vergleich: Mikrozensus Familie 94/95						
Frauen	40-44 Jahre		86%	11%	10%	10%

*Intergenerationelle Bezüge*

Es gehört zu den Merkmalen des mittleren Lebensalters, sich im Spannungsfeld zwischen betagt werdender Elterngeneration und erwachsen werdender Kindergeneration zu bewegen. Hierbei geht es um zentrale lebenszyklische Ablösungs- und Loslösungsprozesse, sei es, daß die Ablösung und der Wegzug der Kinder akzeptiert werden muß, sei es, daß das Absterben der Elterngeneration bewältigt werden muß (Lauterbach, 1995, 1998). Im folgenden wird untersucht, wieviele Frauen und Männer mittleren Alters überhaupt noch Eltern haben, wieviele Leute Kinder haben, und wieviele noch mit denselben im gleichen Haushalt leben.

Sachgemäß sinkt der Anteil von Frauen und Männern, welche noch beide Eltern oder zumindest einen Elternteil haben, mit steigendem Alter. Zudem erleben Frauen und Männer häufig auch das Sterben ihrer eigenen Eltern. Während 59% der 40-45jährigen noch beide Elternteile haben, sind dies bei den 50-55jährigen nur noch 21%. Häufig ist in diesem Zeitraum insbesondere auch der Tod des Vaters, so daß im Alter von 50-55 Jahren für 40% nur noch die Mutter lebt.

Im Zeitvergleich mit der 1985 in Genf durchgeführten Studie von Gognalons-Nicolet (1989) werden allerdings die Auswirkungen der inzwischen verlängerten Lebenserwartung sichtbar: Der Anteil derjenigen, die keine Eltern mehr haben, hat sich reduziert, vor allem bei den 50-55jährigen. Während 1985 nur rund ein Drittel der 40-45jährigen noch beide Elternteile hatten, waren es 1997 schon rund sechzig Prozent. Während 1985 fast die Hälfte der 50-55jährigen schon beide Elternteile verloren hatten, war dies zwölf Jahre später nur noch bei einem Drittel der Frauen und Männer der Fall (siehe Tabelle 4).

Tabelle 4: Vorhandensein von Eltern in

	Frauen und Männer		Zum Vergleich: Genf 1985	
	40-45 Jahre N = 441	50-55 Jahre N = 483	40-45 Jahre N = 258	51-55 Jahre N = 136
Beide Elternteile leben	59%	21%	36%	11%
nur Mutter lebt noch	28%	40%	41%	31%
nur Vater lebt noch	9%	6%	9%	10%
beide Elternteile verstorben	5%	33%	14%	48%
mit Mutter	87%	61%	77%	42%
mit Vater	68%	27%	45%	21%

Die meisten Frauen und Männer mittleren Alters haben zwar eigene Kinder, da sich zur Zeit ihrer Familiengründung das Modell der Kleinfamilie schon fast vollständig durchgesetzt hatte, ist ihre Kinderzahl geringer als etwa diejenige der Elterngeneration. Der Anteil befragter Frauen und Männer mit mehr als drei Kindern ist gering, und es zeigt sich eine starke Konzentration auf ein bis zwei Kinder. Nicht wenige Frauen und Männer dieser Generationen verblieben zudem kinderlos (siehe Tabelle 5). Die befragten Frauen sind etwas häufiger kinderlos und haben weniger häufig mehr als zwei Kinder als im gesamtschweizerischen Durchschnitt. Darin widerspiegelt sich wiederum der urbane Charakter der Stichprobe. Bei den befragten Männern im Alter 40-45 Jahren ist allerdings der hohe Anteil kinderloser Befragter auffallend. In dieser Hinsicht zeigt sich eine gewisse Verzerrung der Stichprobe.

Tabelle 5: Kinderzahl in %

		N	0 Kinder	1 Kind	2 Kinder	3 Kinder	4 Kinder
Frauen	40-45 Jahre	244	27%	20%	41%	10%	2%
	50-55 Jahre	267	26%	18%	43%	12%	1%
Männer	40-45 Jahre	197	35%	13%	35%	14%	3%
	50-55 Jahre	216	19%	17%	44%	16%	4%
Zum Vergleich: Mikrozensus Familie 94/95							
Frauen	40-44 Jahre	687 (ungew.)	20%	15%	43%	16%	6%
Männer	40-44 Jahre	353 (ungew.)	21%	11%	39%	21%	8%

Im Laufe des mittleren Alter erfolgt zudem meist der Übergang in die nachelterliche Phase. Dieser Prozeß wird auch in folgenden Daten reflektiert: Im Alter von

40-45 Jahren lebt die große Mehrheit der Mütter und Väter noch mit mindestens einem Kind im gleichen Haushalt. Im Alter von 50-55 Jahren sind bei der Hälfte der Frauen alle Kinder weggezogen. Und der Anteil derjenigen, welche ohne Kinder leben bzw. deren Kinder weggezogen sind, steigt in den nachfolgenden Lebensjahren weiterhin an, und bis zum Alter von 60-64 Jahren leben nur noch 13% der Mütter mit einem oder mehreren ihrer Kinder zusammen.

Der Vergleich unserer Daten mit den PPA-Daten von 1992 (Fux, Bösch, Gisler & Baumgartner, 1992) zeigt eine große Übereinstimmung, vor allem bei den Frauen. Auch in dieser Hinsicht zeigt unser Datensatz keine systematischen Verzerrungen. Bei den Männern unseres Datensatzes scheint allerdings der Anteil der Kinderlosen – wie erwähnt – eher zu hoch zu sein (siehe Tabelle 6).

Tabelle 6: Zusammenleben mit Kindern in %

		N	kinderlos	Kind/er im Haushalt	keine Kinder im Haushalt	Mütter: %-in nachelterl. Phase
Frauen	40-45 Jahre	239	27%	68%	5%	7%
	50-55 Jahre	264	26%	38%	36%	49%
Männer	40-45 Jahre	191	35%	62%	3%	5%
	50-55 Jahre	208	19%	49%	32%	40%
<b>Vergleich: PPA-Daten 1992</b>						
Frauen	40-44 Jahre	183	28%	69%	3%	5%
	50-54 Jahre	126	18%	42%	40%	40%
Männer	40-44 Jahre	175	27%	68%	5%	7%
	50-54 Jahre	105	13%	57%	30%	34%

### *Ausbildungshintergrund und Erwerbstätigkeit*

In unserer Erhebung zeigt sich – ähnlich wie in vielen schriftlichen Befragungen – eine Übervertretung gut Ausgebildeter. Dies wird namentlich in einem relativ hohen Anteil von Personen mit universitärer Ausbildung sichtbar. Vor allem bei den befragten Männern zeigt sich diesbezüglich eine signifikante Verzerrung der Stichprobe (siehe Tabelle 7).

Tabelle 7: %-Anteil der Personen mit universitärer Ausbildung

	Geburtsjahrgänge		Zum Vergleich: Arbeitskräfteerhebung	
	1942-1947	1952-1957	1940-1949	1950-1959
Frauen	8%	14%	4%	7%
Männer	22%	32%	11%	13%

Die Erwerbstätigkeit weicht hingegen bei der Befragung nicht von den altersspezifischen Angaben der Schweizerischen Arbeitskräfte-Erhebung 1996 ab. Auch der

Vergleich zwischen Vollzeit- und Teilzeiterwerbstätigkeit läßt – obwohl die Fragearten sich unterscheiden – keine bedeutsamen Unterschiede zwischen der Befragung und den SAKE-Daten erkennen. Von den befragten Frauen, welche erwerbstätig sind, arbeiten rund 70% teilzeitlich (und auch gemäß SAKE-Daten betrifft dies zwei Drittel der erwerbstätigen Frauen ab 40 Jahren). Von den Männern sind nur rund 12% teilzeitlich erwerbstätig.

Die Berufs- bzw. Arbeitszufriedenheit ist relativ hoch, und zwischen unseren und den Mikrozensus-Daten zeigen sich keine Unterschiede (Gabadinho, 1998). Es ist allerdings nicht auszuschließen, daß bei diesen beiden Befragungen die Unzufriedenen gleichermaßen eher untervertreten sind (da hohe Unzufriedenheit generell die Antwortbereitschaft bei standardisierten Befragungen reduziert) (siehe Tabelle 8).

Tabelle 8: Erwerbstätigkeit und Zufriedenheit mit der beruflichen Situation

Erwerbstätigkeit			Zum Vergleich: SAKE 1996	
	40-45 Jahre	50-55 Jahre	40-44 Jahre	50-54 Jahre
Frauen	81%	77%	79%	74%
Männer	96%	93%	98%	97%
Zufriedenheit (% sehr bis eher zufrieden)			Zum Vergleich: Mikrozensus Familie 94/95	
	40-45 Jahre	N	50-55 Jahre	N
Frauen	87%	203	88%	205
Männer	85%	190	87%	204
			40-44 Jahre	N (ungew.)
			85%	353
			85%	687

### 2.3.2 Art und Häufigkeit von Transitionen und Wendepunkten

Allgemein kann gesagt werden, daß die Mehrheit der Befragten die mittlere Lebensspanne als eher stabil und kontinuierlich empfinden. Die größte Stabilität wurde in der Beziehung zu den eigenen Eltern gefunden, aber auch in der Beziehung zu den eigenen Kindern, zum Partner und die eigene Gesundheit betreffend (siehe Tabelle 9). Veränderungen wurden am ehesten in den Bereichen Beruf und Selbst erfahren.

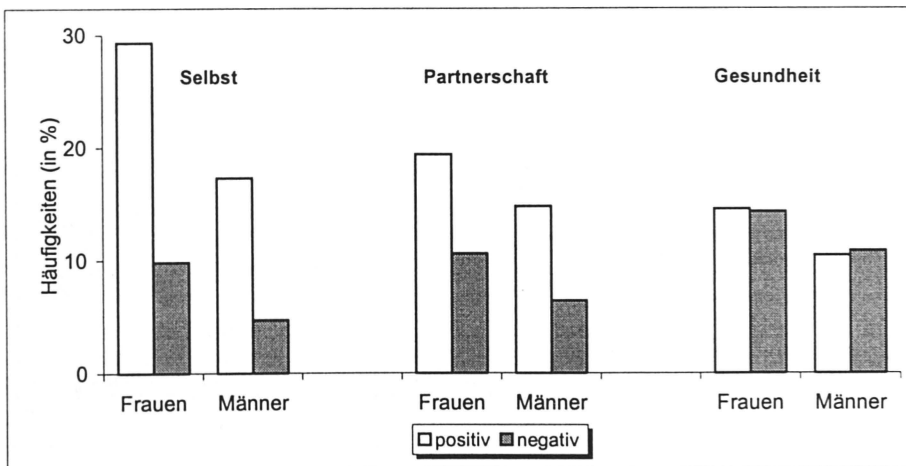
Tabelle 9: Erfahrene Veränderungen in verschiedenen Lebensbereichen in den letzten 12 Monaten, Angaben in Prozent

Bereich	40-45jährig			50-55jährig			Differenz der Veränderungen
	gleich	besser	schlechter	gleich	besser	schlechter	
<b>Selbst</b>	64.5	27.9	7.6	71.8	20.6	7.6	7.3
Gesundheit	74.7	15.4	9.9	74.3	10.2	15.6	-0.5
Beruf	61.3	24.6	14.1	67.9	17.1	15.0	6.6
Partnerschaft	68.8	20.9	10.2	78.9	13.8	7.3	10.0
Kinder	73.2	22.2	4.3	76.6	17.9	5.5	3.1
Eltern	85.4	8.3	6.3	87.1	6.4	6.4	1.8

Allerdings zeigen sich ganz klare Unterschiede zwischen beiden Altersgruppen: Die Leute im Übergang ins mittlere Lebensalter zeichnen sich durch eine weit größere Instabilität aus als die 50-55jährigen. Diese Unterschiede erreichen Signifikanz in den Bereichen Partnerschaft ( $\chi^2 = 11.53$ ,  $p = .003$ ), Beruf ( $\chi^2 = 8.09$ ,  $p = .017$ ) und Selbst ( $\chi^2 = 6.75$ ,  $p = .034$ ).

Für die Dimensionen Beruf, Beziehungen zu den eigenen Eltern und Kindern fanden sich keine geschlechtstypischen Unterschiede. Frauen unterscheiden sich hingegen signifikant von den Männern hinsichtlich der perzipierten Veränderungen des persönlichen Selbst ( $\chi^2 = 30.98$ ,  $p < .001$ ), der eigenen Gesundheit ( $\chi^2 = 7.11$ ,  $p = .008$ ) und der Beziehung zum Partner ( $\chi^2 = 9.23$ ,  $p = .009$ ) (siehe Abbildung 1).

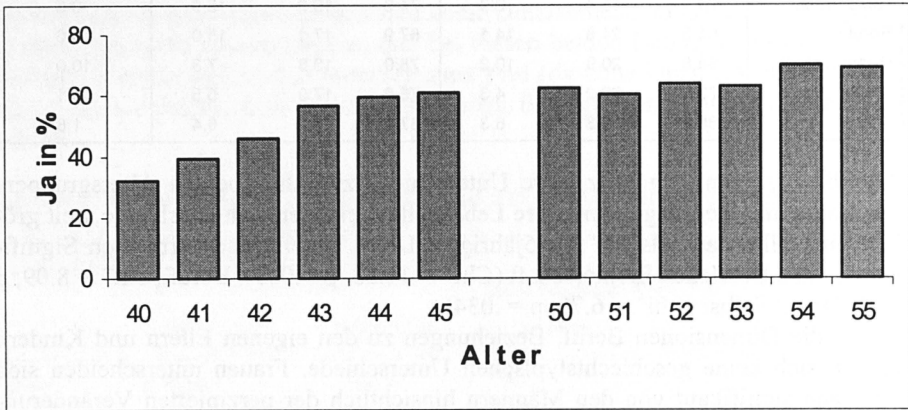
Abbildung 1: Erfahrene Veränderungen bezüglich Selbst, Partnerschaft und Gesundheit



Der Frage, ob es seit dem 40. Lebensjahr einen einschneidenden Wendepunkt in ihrem Leben gegeben hätte, stimmten 48% der jüngeren und 64% der älteren Ko-

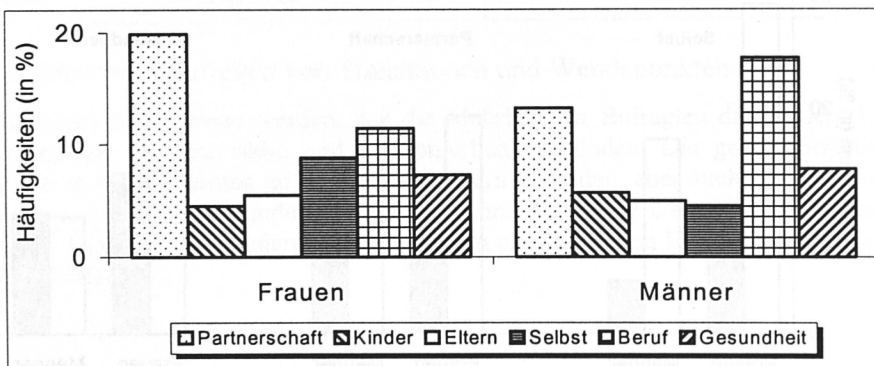
horte zu. Die Detailanalyse nach Jahrgängen zeigt den steilsten Anstieg für das 42. und 43. Lebensjahr. Bereits mit 43 geben über die Hälfte der Personen an, ein einschneidendes Ereignis erlebt zu haben (Abbildung 2).

Abbildung 2: Einschneidendes Ereignis seit dem 40. Altersjahr, Anteile der Ja-Antworten pro Jahrgang



Die meisten Wendepunkte betreffen in beiden Altersgruppen gleichermaßen die Partnerschaft und den Beruf. Frauen erfuhren die meisten Wendepunkte in der Partnerschaft, Männer hingegen im Beruf (siehe Abbildung 3).

Abbildung 3: Wendepunkte seit dem 40. Altersjahr, getrennt nach Bereich und Geschlecht

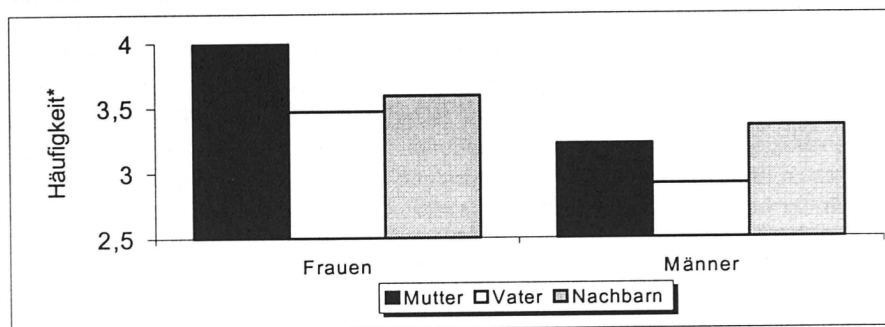


### 2.3.3 Soziale Ressourcen: Verfügbarkeit und Nutzung sozialer Netzwerke

Ein weiteres Untersuchungsfeld betraf die Häufigkeit der Kontakte zur Mutter und zum Vater sowie zu den Nachbarn. Zu allen drei Personengruppen liegen die mei-

sten Antworten zwischen „2-3 Mal pro Monat“ und „einmal wöchentlich“. Frauen haben bessere soziale Netzwerke als Männer (vgl. Abbildung 4). Sie haben signifikant häufiger Kontakt mit ihren Müttern, Vätern und Nachbarn. Ein weiterer interessanter bedeutsamer Geschlechtsunterschied ist feststellbar: Während Frauen sich am häufigsten mit ihren Eltern (vor allem mit den Müttern) treffen, sind die bevorzugten Kontaktpartner der Männer ihre Nachbarn ( $p = .001$ ).

Abbildung 4: Kontakthäufigkeit zu Eltern und Nachbarn, getrennt nach Geschlecht



\*Skalierung: 6) täglich; 5) mehrmals wöchentlich; 4) einmal wöchentlich; 3) 2-3 Mal pro Monat; 2) einmal pro Monat; 1) seltener

#### *Kontakthäufigkeit zu den Eltern*

Als abhängige Variable wurde die Kontakthäufigkeit der Befragten mit ihrer Mutter bzw. ihrem Vater – sofern noch vorhanden – berücksichtigt (Kategorien: täglich, mehrmals wöchentlich, einmal wöchentlich, 2-3 mal/Monat, einmal monatlich, seltener). Die Schiefverteilung einer an und für sich ordinalen Variablen limitiert die Anwendung einer Varianzanalyse, so daß nur hochsignifikante Effekte interpretiert werden. Als unabhängige Variablen wurden – als Kovariate – das Geburtsjahr der Mutter bzw. des Vaters, das Geschlecht und das Alter der befragten Personen sowie die familiäre Situation in bezug auf Kinder (kinderlos, Kinder außerhalb Haushalt lebend, Kinder im Haushalt) einbezogen. Kontrolliert wurde auch die Erwerbstätigkeit (Vollzeitlich erwerbstätig: Ja versus nein) sowie der Ausbildungsstand (höhere Berufsausbildung oder Hochschulausbildung vorhanden oder nicht).

Die multiple Varianzanalyse läßt in bezug zur Kontakthäufigkeit zur Mutter sowohl direkte wie indirekte, interaktive Effekte erkennen. Bestätigt werden die vorher angeführten geschlechtstypischen Unterschiede in der Kontakthäufigkeit, und Töchter mittleren Alters haben deutlich mehr Kontakte zu ihren Müttern als ihre Söhne (ein Unterschied, welcher auch nach Kontrolle anderer Variablen hochsignifikant bleibt). Gleichzeitig nimmt die Kontakthäufigkeit zur Mutter mit steigendem Alter der Mutter tendenziell zu, wie die negative Beziehung zwischen Kontakthäufigkeit und Geburtsjahr der Mutter aufzeigt). Die anderen berücksich-



tigten Variablen sind direkt ohne Belang. Allerdings zeigen sich einige interessante interaktive Effekte:

- **Geschlecht \* Kohorte:** Der Effekt verläuft in der Richtung, daß bei Frauen keine Unterschiede nach Kohorte bzw. Altersgruppe zu beobachten sind, dagegen bei den Männern die Kontakthäufigkeit in der älteren Altersgruppe höher liegt als bei der jüngeren Altersgruppe (Mittelwert: Männer 40-45 J.: 3.1, Männer 50-55 J.: 3.5, Frauen 40-45 J.: 4.0, Frauen 50-55 J.: 4.0, Interaktiver Effekt sign.  $p = 0.015$ ). Möglicherweise widerspiegelt sich hier ein indirekter Effekt des Altwerdens der Mutter, welche auch von den Söhnen mehr Betreuung und Aufmerksamkeit verlangt.
- **Geschlecht \* Familiäre Lage:** Auch hier zeigen Frauen unabhängig von der familialen Lage keine Differenzen, wogegen bei Männern die Kontakte zur Mutter stärker von der aktuellen familialen Lage (Kinderlos, Nacheltern-Phase, Kinder zu Hause) abhängig erscheint. Oder in anderen Worten: Männer haben vor allem Kontakte zu ihrer Mutter, wenn die Kinder noch zu Hause leben (und damit die eigene Mutter bei familialen Kontakten gleichzeitig auch als Großmutter der Enkelkinder auftritt).

Tabelle 10: Kontakte zur Mutter nach Geschlecht und familialer Situation (Mittelwerte)

	Kinderlos	Keine Kinder im Haushalt	Kind/er im Haushalt
Frauen	4.1 (N: 108)	4.1 (N: 63)	3.9 (N: 203)
Männer	3.0 (N: 73)	3.1 (N: 36)	3.4 (N: 159)

Interaktiver Effekt signifikant auf .018

Insgesamt werden klare geschlechtstypische Unterschiede nicht nur in der Enge der Kontakte zur Mutter deutlich, sondern auch in ihren Bedingungsbeziehungen: Frauen haben nicht nur häufiger Kontakt zu ihrer Mutter, sondern ihre Kontakthäufigkeit wird von externen Faktoren weniger beeinflusst (vgl. auch Schütze, 1993). Bei Männern hingegen variieren die Kontakte mit dem Alter sowie mit dem Vorhandensein von Kindern im Haushalt.

Was die Kontakte der befragten Personen zum Vater betrifft, zeigen sich analoge direkte Effekte: Die Kontakte zum Vater nehmen mit dem Alter des Vaters ebenfalls signifikant zu. Gleichzeitig haben Töchter mehr Kontakte zu ihren (betagten) Vätern als Söhne. Hingegen zeigen sich hier keine signifikanten interaktiven Effekte (auch weil die Zahl der noch lebenden Väter geringer ist als bei den Müttern).

- *Kontakte zu Nachbarn*

In analoger Weise wie die Kontakte zu den Eltern wurden auch die Kontakthäufigkeit zu den Nachbarn analysiert (Antwortkategorien: täglich, mehrmals wöchentlich, einmal wöchentlich, 2-3 mal/Monat, einmal monatlich, seltener). Als Kova-

riate wurde hier die Wohnortsdauer (bzw. das Jahr des Zuzugs an den aktuellen Wohnort) berücksichtigt. Weitere abhängige Variablen waren das Geschlecht und das Alter der befragten Personen sowie die familiäre Situation in bezug auf Kinder (kinderlos, Kinder außerhalb Haushalt lebend, Kinder im Haushalt) einbezogen. Kontrolliert wurde gleichfalls auch die Erwerbstätigkeit (Vollzeitlich erwerbstätig: Ja versus nein) sowie der Ausbildungsstand (Höhere Berufsausbildung oder Hochschulausbildung vorhanden oder nicht).

Die Ergebnisse bestätigen die nicht überraschende Tatsache, daß sich die Kontakte mit den Nachbarn mit steigender Wohndauer verstärken. Gleichzeitig zeigen sich – bei gleicher Wohndauer – signifikante Differenzen je nach familiärer Situation und Erwerbsverhalten. So zeigen Kinderlose die geringste Kontakthäufigkeit mit Nachbarn, wogegen die engsten Kontakte bei Personen zu finden sind, deren Kinder noch zu Hause leben. Gleichzeitig weisen vollerwerbstätige Personen weniger Kontakte zu ihren Nachbarn auf als nicht-vollerwerbstätige Personen. Zusätzlich zeigt sich diesbezüglich jedoch auch ein geschlechtstypischer Unterschied, und zwar in der Richtung, daß der Effekt der Vollerwerbstätigkeit sich primär bei Frauen zeigt. Oder in anderen Worten: eine ausgeprägte außerhäusliche Tätigkeit von Frauen führt zu einer gewissen Lockerung der Nachbarschaftskontakte (sei es, weil Kontakte zu Arbeitskolleginnen wichtiger werden; sei es, weil außerhäusliche Aktivitäten auch zu einer regionalen Ausweitung des Kontaktnetzes beitragen usw.).

Tabelle 11: Kontakte zu Nachbarn und familiäre bzw. berufliche Situation (Mittelwerte)

	Kinderlos	Keine Kinder im Haushalt	Kind/er im Haushalt
Befragte	3.0 (N: 235)	3.4 (N: 174)	3.6 (N: 471)

Diff. sign. auf .001

	Vollerwerbstätig	Nicht-vollerwerbstätig
Alle	3.2 (N: 438)	3.7 (N: 442)
Frauen	3.3 (N: 328)	3.1 (N: 64)
Männer	2.6 (N: 100)	3.8 (N: 378)

Direkter und interaktiver Effekt sign. auf .01

#### • *Gesundheit*

Eine ANOVA mit den Faktoren „Alter“ (40-45 Jahre und 50-55 Jahre) und „Geschlecht“ und der physischen Gesundheit als abhängigen Variable ergab einen Haupteffekt für die Altersgruppenzugehörigkeit. Die ältere Gruppe schätzt ihre Gesundheit signifikant negativer ein als die jüngere ( $F(1,1006) = 7.50, p = .006$ ).

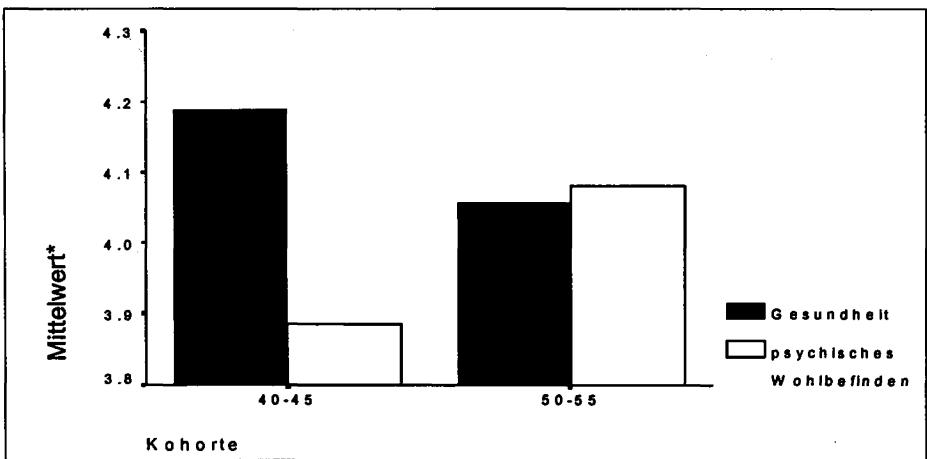
Für die Geschlechtsvariable ist kein Haupteffekt zu beobachten, die Interaktion erreicht ebenfalls nicht ein bedeutsames Niveau.

- *Psychisches Wohlbefinden*

Auch für das psychische Wohlbefinden als abhängige Variable wurde eine ANOVA mit den beiden Faktoren „Alter“ und „Geschlecht“ errechnet. Wie bei der subjektiven Gesundheitseinschätzung resultiert hier ebenfalls ein Haupteffekt für die Gruppenzugehörigkeit: Die 50-55jährigen weisen ein signifikant höheres psychisches Wohlbefinden aus als die jüngere Altersgruppe ( $F(1,972) = 9.89, p = .001$ ). Es ergaben sich jedoch keine signifikanten Unterschiede zwischen Frauen und Männern ( $F(1,972) = .523, p = n.s.$ , keine signifikanten Interaktionen).

Die Resultate zeigen also folgendes Bild: Die Personen zu Beginn des mittleren Erwachsenenalters verfügen zwar über eine bessere gesundheitliche Verfassung als die um zehn Jahre ältere Gruppe, fühlen sich jedoch psychisch weniger gut als jene (vgl. Abbildung 5).

Abbildung 5: Selbsteinschätzungen der physischen Gesundheit und des psychischen Wohlbefindens getrennt nach Altersgruppen

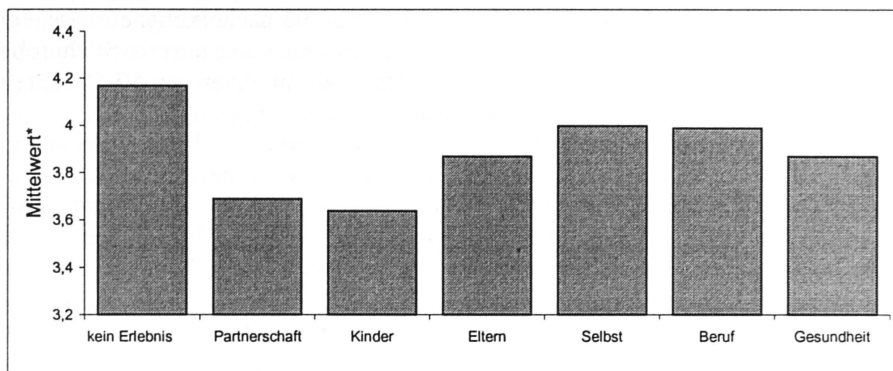


\*Skalierung: 5) sehr gut; 4) gut; 3) mittelmäßig; 2) schlecht; 1) sehr schlecht

- *Wohlbefinden und biographische Wendepunkte*

Mittelwertvergleiche zeigen, daß Leute ohne biographische Wendepunkte signifikant höhere Werte des psychischen Wohlbefindens angeben als alle anderen Gruppen, die ein einschneidendes Ereignis berichteten (Selbst,  $p = .03$ ; Beruf,  $p = .028$ ; Gesundheit,  $p = .006$ ; Beziehung zum Partner,  $p < .001$ ; Beziehung zu den Kindern,  $p < .001$ ; Beziehung zu den Eltern,  $p = .012$ ) (siehe Abbildung 6).

Abbildung 6: Zusammenhang zwischen psychischem Wohlbefinden und Wendepunkten seit dem 40. Altersjahr



\*Skalierung: 5) sehr gut; 4) gut; 3) mittelmäßig; 2) schlecht; 1) sehr schlecht

## 2.4. Diskussion

Hauptanliegen dieses Beitrages war die Deskription der Lebensbedingungen und der damit verbundenen psychosozialen Aspekte in einer für urbane Schweizer Verhältnisse repräsentativen Stichprobe im mittleren Lebensalter. Fokussiert wurden zudem die Formen zwischenmenschlicher Beziehungen und der familialen Systeme sowie die verfügbaren Ressourcen (soziale Netzwerke, Beruf, Ausbildungsstand) und das Wohlbefinden und die Gesundheit.

Befragt wurden 1015 Personen zweier Altersgruppen (40 bis 45 Jahre, 50-55 Jahre). Diese beiden Gruppen wurden verglichen hinsichtlich der Art und Häufigkeit von perzipierten Transitionen und Wendepunkten, sowie im Hinblick auf ihre sozialen Ressourcen und ihrem physischen und psychischen Wohlbefinden. Besonders berücksichtigt wurden geschlechtstypische Unterschiede sowie Unterschiede der beruflichen und familiären Situation.

Den Resultaten zufolge ist die Mehrheit der Frauen und namentlich auch der Männer mittleren Alters auch heute noch verheiratet. In den letzten Jahrzehnten hat sich in dieser Altersgruppe der Anteil der Ledigen eher reduziert, wogegen der Anteil geschiedener Frauen und Männer angestiegen ist. Es gehört zu den Merkmalen des mittleren Lebensalters, sich im Spannungsfeld zwischen der älter und betagt werdenden Elterngeneration und der erwachsen werdenden Kindergeneration zu bewegen. Für unsere Stichprobe zeigt sich, daß der Anteil von Frauen und Männern, welche noch beide Eltern oder zumindest noch einen Elternteil haben, mit steigendem Alter sinkt, und daß Frauen und Männer im mittleren Alter in zunehmendem Maße mit dem Sterben ihrer eigenen Eltern konfrontiert werden.

Die meisten Frauen und Männer mittleren Alters haben zwar eigene Kinder; da sich zur Zeit ihrer Familiengründung das Modell der Kleinfamilie schon fast voll-

ständig durchgesetzt hatte, ist ihre Kinderzahl geringer als etwa diejenige der Elterngeneration. Der Anteil befragter Frauen und Männer mit mehr als drei Kindern ist gering, und es zeigt sich eine starke Konzentration auf ein bis zwei Kinder. Im mittleren Alter erfolgt zudem meist der Übergang in die nachelterliche Phase: Im Alter von 40-45 Jahren lebt die Mehrheit der Mütter und Väter unserer Stichprobe noch mit mindestens einem Kind im gleichen Haushalt, im Alter von 50-55 Jahren sind jedoch bei der Hälfte der Frauen alle Kinder bereits weggezogen.

Was die Verfügbarkeit und Nutzung sozialer Netzwerke anbelangt, kann gesagt werden, daß Frauen im quantitativen und qualitativen Sinne bessere soziale Netzwerke haben als Männer. Unseren Ergebnissen zufolge haben sie signifikant häufiger sozialen Kontakt mit ihren Müttern, Vätern und Nachbarn. Wir können zudem einen bedeutsamen Geschlechtsunterschied feststellen: Während Frauen sich am häufigsten mit ihren Eltern (vor allem mit den Müttern) treffen, sind die bevorzugten Kontaktpartner der Männer ihre Nachbarn/ihre Freunde. Insgesamt werden klare geschlechtstypische Unterschiede nicht nur in der Enge der Kontakte zur Mutter deutlich, sondern auch in ihren Bedingungsbeziehungen: Frauen haben nicht nur häufiger Kontakt zu ihrer Mutter, sondern ihre Kontakthäufigkeit wird von externen Faktoren weniger beeinflusst. Bei Männern hingegen variieren die Kontakte mit dem Alter sowie mit dem Vorhandensein von Kindern im Haushalt. Was die Kontakte der befragten Personen zum Vater betrifft, zeigen sich analoge direkte Effekte: Die Kontakte zum Vater nehmen mit dem Alter des Vaters ebenfalls signifikant zu. Gleichzeitig haben Töchter mehr Kontakte zu ihren (be- tagten) Vätern als Söhne.

Die Ergebnisse bestätigen die Tatsache, daß sich die Kontakte mit den Nachbarn mit steigender Wohndauer verstärken. Gleichzeitig zeigen sich – bei gleicher Wohndauer – signifikante Differenzen je nach familialer Situation und Erwerbsverhalten. So zeigen Kinderlose die geringste Kontakthäufigkeit mit Nachbarn, wogegen die engsten Kontakte bei Personen zu finden sind, deren Kinder noch zu Hause leben: Gleichzeitig weisen voll-erwerbstätige Personen weniger Kontakte zu ihren Nachbarn auf als nicht-voll-erwerbstätige Personen. Zusätzlich zeigt sich diesbezüglich jedoch auch ein geschlechtstypischer Unterschied, und zwar in der Richtung, daß der Effekt der Vollerwerbstätigkeit sich primär bei Frauen zeigt. Oder in anderen Worten: eine ausgeprägte außerhäusliche Tätigkeit von Frauen führt zu einer gewissen Lockerung der Nachbarschaftskontakte.

Was das Erleben der eigenen Entwicklung, insbesondere von Übergängen anbelangt, kann gesagt werden, daß die Mehrheit der Befragten ihr Leben als eher stabil und kontinuierlich empfinden. Jedoch zeigen sich ganz klare Unterschiede zwischen den beiden Altersgruppen: Die Leute im Übergang ins mittlere Lebensalter zeichnen sich aus durch eine weit größere Instabilität als die 50-55-jährigen. Die erlebten Veränderungen betreffen vor allem die Partnerschaft, den Beruf und das Selbst. Die höchste Stabilität wird insbesondere für die Beziehung zu den eigenen Kindern und zu den Eltern empfunden, dies trifft für beide Altersgruppen gleichermaßen zu.

Mit zunehmendem Alter häufen sich auch die einschneidenden biographischen Wendepunkte, wobei bei unserer Stichprobe eine Konzentration zwischen dem 42. und 43. Lebensjahr beobachtbar ist. Die Mehrzahl der Wendepunkte wurde negativ

empfunden. Die meisten Wendepunkte betreffen in beiden Altersgruppen hauptsächlich die Partnerschaft und den Beruf. Bei Frauen handelt es sich vor allem um Wendepunkte, welche die Partnerschaft betreffen, bei Männern hingegen um berufliche Wendepunkte. Unsere Resultate zeigen zudem, daß Personen ohne biographische Wendepunkte signifikant höhere Werte beim psychischen Wohlbefinden angeben als alle anderen Gruppen, die ein einschneidendes Ereignis berichteten. Insbesondere Wendepunkte im Zusammenhang mit Partnerschaft und Kindern sind assoziiert mit tiefem psychischem Wohlbefinden.

Die Tatsache, daß die Transition ins mittlere Lebensalter als eine eher „bewegte“ Zeit empfunden wird (vgl. Helson & Wink, 1992), spiegelt sich in der Befindlichkeit der Betroffenen wieder: Die 40-45jährigen weisen bedeutsam tiefere Werte beim psychischen Wohlbefinden auf als die 50-55jährigen, dies obwohl es sich bei der gesundheitlichen Selbsteinschätzung gerade umgekehrt verhält: Die jüngere Altersgruppe schätzt ihre Gesundheit bedeutsam positiver ein als die ältere. Die ältere scheint sich indes psychisch, trotz zunehmender altersbedingter gesundheitlicher Probleme, an die neue Lebensphase adaptiert und neuäquilibriert zu haben.

Entgegen häufig zitierten Befunden (Verbrugge, 1989; Rahman et al., 1994) lassen sich bei unseren Befragten hinsichtlich des physischen und psychischen Wohlbefindens keine geschlechtstypischen Unterschiede feststellen, d.h. Frauen schätzen ihre Gesundheit gleich optimistisch bzw. pessimistisch ein wie die Männer und auch beim psychischen Wohlbefinden sind keine signifikanten Differenzen feststellbar. Die subjektive Gesundheitseinschätzung sowie das psychische Wohlbefinden kovariiert somit unseren Resultaten zufolge mit dem Alter, jedoch nicht mit dem Geschlecht.

Die Ergebnisse unserer Studie sprechen also dafür, daß der Übergang ins mittlere Alter eine Herausforderung an die individuelle Adaptationsfähigkeit darstellt. Offenbar schaffen es aber in der Folge Frauen und Männer trotz zunehmend negativer Gewinn-Verlust-Balance (d.h. mehr negative Erfahrungen, mehr gesundheitliche und berufliche Probleme, Wegzug der Kinder, Sterben bzw. Pflegebedürftigkeit der Eltern) eine neue Aequilibration des psychischen Wohlbefindens zu finden. Mit diesen Resultaten meinen wir, eine notwendige Basis für weiterführende Studien bereitgestellt zu haben, welche das Ausmaß und die Interdependenz der internen (persönlichen) und externen Ressourcen zur Erklärung dieser Aequilibration näher untersuchen müßten.

## Literatur

- Attias-Donfut, C. (Hrsg.) (1995). Les solidarités entre générations. Vieillesse, familles, état. Paris: Nathan.
- Baltes, P.B. (1990). Entwicklungspsychologie der Lebensspanne: Theoretische Leitsätze. Psychologische Rundschau, 41, 1-24.
- Borchers, A. (1997). Die Sandwich-Generation. Ihre zeitlichen und finanziellen Leistungen und Belastungen. Frankfurt: Campus.

- Bumpass, L.L. & Aquilino, W.S. (1995). A social map of midlife: Family and work over the midlife course. Research report McArthur Foundation, Vero Beach, Fla.
- Chiriboga, D.A. (1989). Mental health at the midpoint: crisis, challenge, or relief? In: S. Hunter & M. Sundel (Hrsg.). *Midlife myths. Issues, findings, and practice implications* (S. 116-145). London: Sage.
- Connidis, I.A. (1992). Life transitions and the adult sibling tie. *Journal of Marriage and the Family*, 54, 972-982.
- Connidis, I.A. (1994). Sibling support in older age, *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 49 (6), 5309-5317.
- Costa, P.T. & McCrae, R.R. (1989). Personality continuity and the changes of adult life. In: M. Storand & G.R. VandenBos (Hrsg.). *The adult years: Continuity and changes* (S. 45-77). Washington: APA.
- Costa, P.T. & McCrae, R.R. (1993). Psychological research in the Baltimore Longitudinal Study of Aging. *Zeitschrift für Gerontologie*, 26, 138-141.
- Dallinger, U. (1996). Pflege und Beruf – ein neuer Vereinbarkeitskonflikt in der späten Familienphase. Ein Literatur- und Forschungsüberblick. *Zeitschrift für Familienforschung*, 8 (2), 6-42.
- Faltermaier, T., Mayring, P., Saup, W. & Strehmel, P. (1992). *Entwicklungspsychologie des Erwachsenenalters*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Fux, B., Bösch, A., Gisler, P. & Baumgartner D. (1997). *Bevölkerung – und eine Prise Politik. Die schweizerische Migrations- und Alterspolitik im Fadenkreuz von Einstellungen und Bewertungen*. Zürich: Seismo.
- Gabadinho, A. (1998). *Mikrozensus Familie in der Schweiz 1994/95. Präsentation, kommentierte Ergebnisse und Tabellen*. Bern: Bundesamt für Statistik.
- Gallagher, W. (1993). Myths of middle age. *The Atlantic*, 271 (5), 51-84.
- Gognalons-Nicolet, M. (1989). *La maturation: les 40-65 ans, âges critiques*. Genève: Favre.
- Hanson, K. & Wapner, S. (1994). Transition to retirement: Gender differences. *Int. J. Aging and Human Development*, 39 (3), 189-208.
- Helson, R. & Wink, P.I. (1992). Personality change in women from the early 40s to the early 50s. *Psychology and Aging*, 7 (1), 46-55.
- Höpflinger, F. (1995). Altersverteilung und Zivilstand der Wohnbevölkerung der Schweiz: Entwicklungen und Perspektiven. In: Bundesamt für Statistik. *Die Bevölkerung der Schweiz. Struktur und räumliche Dynamik*, S. 11-62. Bern: Bundesamt für Statistik.
- Hunter, S. & Sundel, M. (Hrsg.) (1989). *Midlife myths. Issues, findings, and practice implications*. London: Sage.
- Jones, C.J. & Meredith, W. (1996). Patterns of personality change across the life span. *Psychology & Aging*, 11 (1), 57-65.
- Kohli, M. (1985). Die Institutionalisierung des Lebenslaufs. Historische Befunde und theoretische Argumente. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 37, 1-29.
- Labouvie-Vief, G. (1994). *Psyche and Eros. Mind and gender in the life course*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Lachman, M. & Boone James, J. (1997). *Multiple paths to midlife development*. Chicago and London: The University of Chicago Press.
- Lauterbach, W. (1995). Die gemeinsame Lebenszeit von Familiengenerationen. *Zeitschrift für Soziologie*, 24 (1), 22-41.
- Lauterbach, W. (1998). Die Multilokalität später Familienphasen. *Zeitschrift für Soziologie*, 27 (2), 113-132.
- Levinson, D. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist*, 41 (1), 3-13.
- McCrae, R.R. (1989). Age differences and changes in the use of coping mechanisms. *Journal of Gerontology: Psychol. Sciences*, 44 (6), 161-169.

- Messeri, Peter; Silverstein, Merrill; Litwak, Eugene (1993). Choosing optimal support groups: A review and reformulation. *Journal of Health and Social Behavior*, 34, 122-137.
- Perrig-Chiello, P. (1996). Ressourcen des Wohlbefindens im Alter. Weinheim: Juventa.
- Rahman, O., Strauss, J., Gertler, P. Ashley, D. & Fox, K. (1994). Gender differences in adult health. *The Gerontologist*, 34,(4), 463-469.
- Schütze, Y. (1993). Generationenbeziehungen im Lebenslauf – eine Sache der Frauen? In: K. Lüscher & F. Schultheis (Hrsg.). *Generationenbeziehungen in „postmodernen“ Gesellschaften* (S. 287-298). Konstanz: Universitätsverlag.
- Siegler, I.C. (1983). Psychological aspects of the Duke Longitudinal Study. In: K.W. Schaie, (Hrsg.). *Longitudinal studies of adult psychological development* (S. 136-191). New York: Guilford Press.
- Szinovacz, M. & Washo, C. (1992). Gender differences in exposure to life events and adaptation to retirement. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 47 (4), 191-196.
- Thomae, H. (1993). Die Bonner Gerontologische Längsschnittstudie (BOLSA). *Zeitschrift für Gerontologie*, 26, 142-150.
- Verbrugge, L.M. (1989). The twain meet: Empirical explanations of sex differences in health and mortality. *Journal of Health and Social Behavior*, 30, 282-304.
- Welzer, H. (1993). *Transitionen. Zur Sozialpsychologie biographischer Wandlungsprozesse*. Tübingen: Edition Diskord.

Anschrift der Erstautorin:

Dr. Pasqualina Perrig-Chiello  
 Institut für Psychologie  
 Universität Bern  
 Muesmattstr. 45  
 CH-3000 Bern 9